

孔教學院大成小學
2017 – 2018 年度 下學期
進度表

科目:體育科

年級:6

任教老師: 黃洪坤老師

月	週	星期						目標	單元 / 課題	教學活動	延展活動	教學資源	電子教學/ 遊戲	課業	進展性評估	備註
		日	一	二	三	四	五									
二月	23					1	2	3								專題研習成果分享日(3/2) 下學期開始(5/2) 上學期學習成果分享(12/2) 團年活動日(13/2) 農曆新年假期(14/2-24/2) 共 11 天中文科活動周(26/2-2/3)
	24	4	5	6	7	8	9	10	讓同學知道自己的身高體重	常規及度高磅重	第一節 1. 講解課堂規則 2. 量度身高體重		1. 磅 2. 尺			
											第二節 1. 量度身高體重		1. 磅 2. 尺			
	25	11	12	13	14	15	16	17								
	26	18	19	20	21	22	23	24								
	27	25	26	27	28				球感	操控用具技巧—手球	第一節 1. 球的掌握 2. 向上拋接 3. 二人拋接 4. 左手拋右手接		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟			
三月	27					1	2	3			第二節 1. 左手拋右手打 2. 右手拋左手打 3. 立定向前拋	自主學習: 回家上網搜尋一個正規手球場是多少米,並於下堂匯報。	1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟			嘉年華會(3/3) 小六總結性評估(12/3-16/3) 數學科活動周(19/3-23/3) 周年陸運會(29/3) 復活節假期(30/3-7/4)共9天 小六總結性評估(12/3-16/3)
	28	4	5	6	7	8	9	10	肩上傳球	操控用具技巧—手球	第一節 1. 動作講解 2. 無球練習 3. 接球動作 4. 立定肩上傳球		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟			肩上傳球
											第二節 1. 小跳步短傳 2. 四人短傳 3. 距離傳球		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟			
												4.				

	29	11	12	13	14	15	16	17	總結性評估	考試							
	30	18	19	20	21	22	23	24	體適能測試	考試	第一節 1. 仰臥起坐		1. 軟墊				
											第二節 2. 仰臥起坐		1. 軟墊				
	31	25	26	27	28	29	30	31	肩上傳球	操控用具技巧—手球	第一節 1. 原地傳接 2. 移動中傳接 3. 傳接球比賽		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟				
											第二節 1. 左右手傳球 2. 移動中小跳傳球 3. 傳球奪分	自主學習: 回家上網搜尋肩 上傳球的動作要 點，並於下堂匯 報。	1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟				
四月	32	1	2	3	4	5	6	7									學校假期(30/4) 第三次教師發展日(9/4) 圖書科活動周(16/4-20/4)
	33	8	9	10	11	12	13	14	立定射球	操控用具技巧—手球	第一節 1. 動作講解 2. 無球練習 3. 立家向前射		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟				
											第二節 1. 無球練習 2. 移動中向前射		3. 手球 4. 雪糕筒 5. 色碟	創設情境: 我們保衛自己的 城堡，當接到彈 藥後，用手向對 手投擲。			
	34	15	16	17	18	19	20	21	跳射	操控用具技巧—手球	第一節 1. 無球動作練習 2. 立定跳射練習 3. 兩人原地跳射練習		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟				
											第二節 1. 助跑跳射 2. 跳射練習 3. 防守動作 4. 進攻交替		1. 手球 2. 雪糕筒 3. 色碟				

35	22	23	24	25	26	27	28	正手發球	操控用具技巧—羽毛球	第一節 1. 球感練習 2. 移動向上打球 3. 反拍向上打球 4. 向前打球		1. 羽毛球 2. 羽毛球拍				
								第二節 1. 兩人一組拋球及打球 2. 目標正手發球 3. 一發球一回球		自主學習: 回家上網搜尋中一個羽毛球有由多少條羽毛組成,並於下堂匯報。	1. 羽毛球 2. 羽毛球拍			正手發球		
36	29	30														
五月	36		1	2	3	4	5	正手高遠球	操控用具技巧—羽毛球	第一節 1. 無球動作練習 2. 一人向上拋高打 3. 一人開波一人負責打		1. 羽毛球 2. 羽毛球拍	電子學習: 利用平板電腦上網找尋正手高遠球的姿勢,並分組討論。			勞動節假期(1/5) 孟子誕(11/5) 佛誕假期(22/5) 常識活動周(14/5-18/5) 小一至小五總結性評估(28/5-1/6)
								第二節 1. 一開球一高遠球 2. 二人對搓練習 3. 左右移動打斜線		自主學習: 回家上網搜尋一個正規羽毛球場的尺寸,並於下堂匯報。	1. 羽毛球 2. 羽毛球拍					
	37	6	7	8	9	10	11	12	前滾翻	平衡穩定技巧—跳木箱	第一節 1. 動作講解 2. 分組訓練前滾翻		1. 木箱 2. 軟墊			
									第二節 1. 跳低木箱 2. 跳低木箱再接前滾翻			1. 木箱 2. 軟墊				
38	13	14	15	16	17	18	19	跳木箱	平衡穩定技巧—跳木箱	第一節 1. 合腳跳高木箱 2. 合腳跳高木箱再接前滾翻		1. 木箱 2. 軟墊				
								第二節 1. 分腿跳高木箱 2. 分腿跳高木箱再接前滾翻 3. 分腿跳高木箱再接兩個前滾翻			1. 木箱 2. 軟墊	創設情境: 高木箱就是你們生命中遇到的難關,學生要用力向前跳跨越。				

	39	20	21	22	23	24	25	26	總結性評估	總結性評估	第一節 溫習						
	40	27	28	29	30	31					第二節 溫習						
六月	40						1	2									端午節假期(18/6) 聯校畢業禮(TBC) 大匯演(29/6)
	41	3	4	5	6	7	8	9									
	42	10	11	12	13	14	15	16									
	43	17	18	19	20	21	22	23									
	44	24	25	26	27	28	29	30									

考試：高遠球
跳木箱